

# Pulsatilla bij *postpartum* depressie

**Het lijkt soms zo idyllisch: huisje, boompje, beestje. Allebei een baan, en dan heel graag een kindje willen. De realiteit van alledag is soms heel anders. De komst van een kindje kan een relatie flink onder druk zetten, en het vraagt met name van vrouwen veel energie om een nieuwe balans te vinden. Ook Leonie, 28 jaar, loopt tegen haar grenzen aan.**

DOOR MANON BRUINS-MAATHUIS, KLASSIEK HOMEOPAAT EN REDACTIELID  
FOTO'S: PETER-ARNO BROER

**‘W**e wilden heel graag een kindje en dat lukte niet,’ vertelt Leonie. ‘Ik werd toch nog zwanger, vlak voordat we de medische molen in zouden gaan. In het begin van de zwangerschap had ik wat bloedverlies. Er werd toen gezegd dat ik rekening moest houden met 80% kans op een miskraam. Dat was een emotionele klap voor ons. Ik heb weken op een miskraam gewacht. Maar het ging goed. Pas na de twintigwekenecho kon ik wat meer van de zwangerschap genieten. Toen het kindje geboren werd, was de bevalling pittig. Ik had me wel op pijn voorbereid, maar dit viel zwaar tegen. De eerste weken na de bevalling werden we erg geleefd. Ik knapte lichamelijk ook niet echt op. Ik raakte steeds meer geïrriteerd, had een kort lontje.’

## Antidepressivum

‘Ik kon alles in mijn hoofd niet meer op een rijtje krijgen. Ik was ook weer begonnen met werken, maar dat kon ik er niet meer bij hebben. In november wilde ik thuis stofzuigen en toen wist ik echt niet meer hoe ik dat moest doen.

## ‘De komst van een kindje kan een forse impact hebben’

Toen realiseerde ik me: dit is niet goed, er is iets met me aan de hand. Zelf had ik nooit aan een depressie gedacht. Ik was ook heel blij met ons kindje. Haar heb ik heel goed kunnen verzorgen, gelukkig. Ik dacht eigenlijk aan een vitaminegebrek ofzo. De huisarts stelde meteen de diagnose postpartum depressie en schreef een recept uit voor een antidepressivum. Ik was in shock, van de diagnose en van de medicatie. Die wilde ik eigenlijk niet nemen. Na een dag twifelen heb ik het toch gedaan. Ik reageerde er heel heftig op. Ik dacht dat ik een hartaanval had, en raakte helemaal over mijn toeren. Ik ben door de ambulance meegenomen naar de Eerste Hulp. Later werd duidelijk dat ik een hele heftige reactie had op de medicijnen in combinatie met een paniekaanval.’

## Alternatieven zoeken

‘Daarna ben ik alternatieven gaan zoeken, ik wilde geen pillen meer. Ik deed een cursus mindfulness en kreeg hypnotherapie om dingen van vroeger beter te plaatsen. Door zo’n depressie is alles ineens heel groot. Uiteindelijk heb ik ook een afspraak gemaakt met de



Rechts: homeopaat Monique Vermazeren, de persoon links is niet Leonie.

homeopaat. Een collega van mij, die niet lekker in haar vel zat, was ooit bij een homeopaat geweest. Ze was erg opgeknapt van de behandeling. Zij gaf me het advies om homeopathie te proberen. Ik had over homeopaat Monique Vermazeren goede dingen gehoord en omdat ze bij me in de buurt woonde, maakte ik een afspraak. Ik vond het eerste gesprek best heftig, er werd veel over mijn verleden gevraagd. Ik heb veel verteld en gehuild, en dat gaf ook opluchting. Toen werd me duidelijk dat wat ik had een optelsom van dingen was. Eigenlijk waren mijn klachten al veel eerder begonnen.

Monique schreef me een homeopatisch geneesmiddel voor om mij te ondersteunen. Het lichaam gaat de oorzaak van de klachten dan zelf aanpakken. Dat klonk heel mooi toen ze

het uitlegde, maar het blijft bijzonder hoe dat werkt. De eerste week na inname vond ik heel heftig - Monique had al gezegd dat klachten in het begin terug konden komen. Ik was weer paniekerig en angstig, ik had inderdaad het gevoel dat alles terugkwam. De tweede week ging heel erg goed, en de derde en vierde week op en af. Dat is nu nog steeds zo. De rust is wel weer meer terug, maar ik heb nog een eindje te gaan. Een depressie legt druk op je relatie. Aan onze relatie zijn we aan het werken. Daarnaast speelt dat ik last heb van PMS (premenstrueel syndroom). Hiervoor ben ik nu nog onder behandeling bij Monique. De menstruaties verlopen nu steeds wat beter. Ik ben weer aan het werk, en het huishouden draait weer goed. Maar ik ben er nog niet. Binnenkort ga ik weer op consult.'

### Op zijn kop

Homeopaat Monique Vermazeren vertelt: 'Ik zag Leonie voor het eerst in december 2015. Ze was in maart dat jaar bevallen van haar eerste kindje. Ze combineert een parttimebaan in een winkel met het moederschap. Haar relatie liep niet zo lekker. Karakteristiek in het verhaal is: eerste kindje, baan, moederschap. Die combinatie zet alles in een gezin op zijn kop. Dat zie ik heel vaak in het eerste jaar van een nieuwbakken moeder. Leonie vond het moeilijk om haar kindje los te laten en aan het werk te gaan. Ze kon haar huishoudelijke taken niet meer doen, wist niet meer hoe de apparaten werkten. Dat kwam aan als een klap: als kind wilde ze al 'moeder worden', en nu had ze een postpartum depressie.' Leonie kreeg *Pulsatilla* voorgeschreven. Twee maanden later kwam ze op vervolgconsult. Toen was ze weer haar volledige 23 uur aan het werk. 'Op mijn advies was ze gestopt met de pil en begonnen met een koperspiraal. Toen begonnen de PMS-klachten, die ze vroeger ook altijd had, meer op te spelen. Dit vraagt om nog een herhaling van *Pulsatilla*.'

### Van meisje naar vrouw

'Wat typisch is voor veel *Pulsatilla*-vrouwen is dat ideale plaatje dat ze in hun hoofd hebben. Moederschap, zorgen, partner en dat in harmonie met elkaar doen. Het koesteren, niet kunnen loslaten van hun kindje. Ook het verleden van klachten rond de menstruatie, PMS, en de pijnlijke bevalling passen bij dit homeopathische geneesmiddel. Het middel *Pulsatilla* kan ondersteunen bij de ontwikkeling van (afhankelijk) meisje tot een (zelfstandige) volwassen vrouw. Je ziet iemand helemaal tot volwassenheid en innerlijke stevigheid komen met *Pulsatilla*. De komst van een kindje zet je leven behoorlijk op zijn kop. Als je merkt dat je daarin vastloopt en je zoekt hulp, dan kan homeopathie een heel gezin weer op de rit te zetten. En dan kun je genieten van je moederschap en je kindje.'

WWW.ANNEMOON.INFO



**MANON BRUINS-MAATHUIS is redacteur bij hm en klassiek homeopaat. Ze is getrouwd en moeder van vier kinderen. Ze schrijft over haar gezin en haar vak.**



## Carrière

**De redactie van hm bestaat uit drie personen met een homeopathische achtergrond, maar ook drie personen met verschillende levens. Elk nummer vertelt een andere redacteur over wat hem of haar beroert. Deze keer: Manon Bruins-Maathuis.**

Achteraf denk ik dat ik mijn studie Internationale Bedrijfscommunicatie vooral heb uitgekozen omdat ik naar een universiteit wilde. Als eerste in onze familie. Presteren en het goed doen, hard werken, dat waren belangrijke waarden. Nu begrijp ik dat het vooral om mezelf bewijzen ging, en niet om iets waar mijn hart lag. Als klein meisje had ik voortdurend oorontstekingen. Na talloze penicillinekuren was mijn moeder het zat: ze nam mij mee naar een arts voor homeopathie in Zutphen. Toen ik daar was, in dat rustige houten kamertje met al die boeken en pilletjes, toen wist ik wat ik worden wilde. Dat ben ik later helemaal vergeten.

En dus was mijn eerste baan bij het eerste het beste bedrijf dat me een vast dienstverband aanbod. Een dochterbedrijf van Aegon in Groningen. Dat was even schrikken. Met al mijn enthousiasme en ideeën erachter komen dat veel nuchtere Groningers daar echt niet op zaten te wachten. Sterker nog, die zaten voor een groot deel alleen nog maar te wachten op hun pensioen. Toen ik daar met mijn hoofd knetterhard tegen de muur liep, vertelde een collega over een homeopaat waar ze goede ervaringen mee had. Ik heb een afspraak gemaakt voor een consult, vanuit de herinnering uit mijn jeugd die weer bovenkwam. De homeopaat gaf me een paar korrels, en wat ik voorheen zag als opgeven was nu gewoon een slim idee: solliciteren bij een leuker bedrijf. Nog een eyeopener: ik kon homeopathie studeren! Dat heb ik zes jaar gedaan naast mijn werk bij Pentascope. Toen ik kinderen kreeg ben ik mijn eigen praktijk gestart, sindsdien ben ik heel gelukkig dat ik een vak kan doen dat ik met hart en ziel uitoefen.

Als ik om me heen kijk zie ik dat veel meer mensen die keuze maken: na een burn-out, een ziekte of een scheiding je leven opnieuw bekijken en durven kiezen voor datgene waar je niet alleen je salaris uit haalt, maar ook je passie in kwijt kunt. Soms is de enige weg om van A naar B te komen niet een rechte lijn, maar via de omwegen die je genomen hebt.

'Een eyeopener: ik kon homeopathie studeren!'

